Kime no Kata

Dalla tradizione l'attualità dei principi

I Kata di Spada del Kime no Kata

Negli ultimi anni l'attenzione nei confronti dei *kata* di **Jūdō** - per diverso tempo ritenuti anticaglia tecnica da rispolverare solo in occasione dei passaggi di *dan* - è cresciuta in maniera significativa, grazie alla lungimiranza della dirigenza federale che ha coinvolto una vasta schiera di praticanti ed appassionati.

L'approfondimento dello studio è stato stimolato dall'organizzazione delle prime gare di *kata* ufficiali a livello nazionale ed internazionale, con la conseguente creazione di tecnici e giudici, e dal fiorire di discussioni, i cui punti di vista spesso differenti hanno arricchito il confronto a tutti i livelli.

All'interno di questo quadro generale anche noi (autori del presente quaderno tecnico) siamo stati stimolati a dare un primo contributo su una materia che è diventata oggetto di vivace e costruttivo dibattito.

Diverse interpretazioni fornite da parte di seri insegnanti e praticanti a nostro giudizio non sempre sono risultate chiare ed esaustive; perciò tentiamo di portare alle luce alcuni angoli ancora oscuri.

Riteniamo che alcune perplessità possano in verità scaturire da poca dimestichezza con le tecniche che implicano il maneggio appropriato delle armi bianche usate nel **Kime no Kata**, nello specifico il *katana* (spada lunga) ed il *tantō* (pugnale a volte sostituito dal *kodachi/wakizashi*, spada corta).

Anche l'uso degli *atemi* (colpi ai punti vitali del corpo umano) - che normalmente nei praticanti del **Jūdō** indirizzato allo *shiai* è per motivi di tempo tralasciato - merita particolare attenzione.

Crediamo opportuno, pertanto, che gli appassionati ed i praticanti del **Kime no Kata** si approprino di semplici conoscenze sull'uso delle armi da taglio e dei colpi, al fine di poter comprendere il significato di quanto si è in procinto di studiare prima, eseguire e poi giudicare o insegnare.

In realtà nulla di nuovo sotto il sole, poiché nei suoi scritti il lungimirante **Jigorō Kanō** invitava i praticanti di **Jūdō** ad ampliare le proprie conoscenze a tutti gli aspetti del combattimento, attingendo alla ricca e secolare tradizione guerriera del Giappone.

La stessa genesi del **Kime no Kata** è la prova della concorrenza di diverse esperienze tecniche alla definizione del modello.

E' universalmente nota la foto del 1906 che ritrae **Jigorō Kanō** insieme ai membri della commissione del *Dai Nippon Butokukai*.

La didascalia che la correda elenca maestri di scuole tradizionali di jūjutsu tra le quali numerose avevano nel curriculum tecnico lo studio della spada; ad esempio *Sekiguchi Ryū*, *Takenouchi Ryū*, *Sosuishitsu Ryū*.

In particolare *Hoshino Kumon* di *Kumamoto* - nella foto alla destra di **Jigorō Kanō** - era anche il 9° caposcuola della *Hōki Ryū*, scuola specializzata nello *iaidō*, la tecnica dell'estrazione veloce.

Ci accingiamo quindi ad illustrare quello che dovrebbe essere l'uso appropriato delle armi bianche per lo svolgimento del *Kata* in questione, come si può desumere dalla pratica marziale tradizionale giapponese.

Ci auguriamo che questo nostro contributo possa apportare idee e concetti più chiari che stimolino in qualche modo un dibattito più generale che sarà riferito, in tempi diversi, a tutti i *kata* del **Kime no Kata**; ricordiamo infatti che gli argomenti trattati in queste schede saranno raccolti in un manoscritto che verrà reso pubblico.

Prima di esaminare gli aspetti propriamente tecnici è opportuno richiamare alla memoria il concetto di "*shinken shōbu*" che permea tutto il sistema del **Kime no Kata**.

Scritto con i *kanji* 真剣勝負, l'espressione *"shin-ken-shō-bu"* significa letteralmente "reale-spada-vittoria-sconfitta"; ovvero "combattimento per la vita e la morte con la spada vera"; per estensione "combattimento definitivo con reali intenzioni".

Ciò significa che sia Tori che Uke devono manifestare nelle loro azioni la volontà di essere efficaci sia negli attacchi che nelle risposte di difesa/contrattacco, come se stessero mettendo in gioco la propria incolumità fisica.

Qualsiasi movimento, dunque, per essere apprezzato come conforme ai principi del *kata*, deve corrispondere a questo requisito definibile fondamentale.

Ciò è maggiormente vero per quelle azioni in cui è utilizzata la spada vera (katana), sebbene sostituita dal simulacro in legno, il *bokutō/bokken*.

Nukigake

Il kata NUKIGAKE, scritto con i kanji 抜掛, primo di spada della serie *tachiai*, significa letteralmente "estrazione - agganciare" e rende quasi immediatamente l'idea dei movimenti sia di Uke che di Tori.

Infatti il primo *kanji* 抜 compare nella parola *battō* 抜刀 "estrarre la spada" ed anche nell'espressione *basshi* 抜歯 "estrazione di un dente"; il *kanji* 掛 invece è presente nelle parole *kakejiku* 掛軸 "rotolo da appendere" e *maekake* 前掛け "grembiule".

Uke infatti cerca di estrarre la spada (*katana*) dalla *saya* (fodero) per tagliare Tori che lo fronteggia; Tori avanza con la gamba destra avanti e a destra di Uke che afferra dall'alto verso il basso, premendo sempre verso il basso, il polso destro di Uke, che impugna la spada (*katana*) per sfoderarla.

E' abbastanza diffusa l'idea che Uke estragga la spada non per tagliare, ma per percuotere Tori con l'estremità dell'impugnatura.

Sebbene in via di principio qualsiasi ipotesi debba essere presa in considerazione, è opportuno far notare che nel maneggio tradizionale della spada (*katana*) esiste, è vero, il colpo con la parte terminale dell'impugnatura chiamata "*tsuka-gashira*", ma esso viene effettuato spingendo verso il bersaglio l'arma intera, ancora nel fodero, come è chiaramente visibile nei *kata* di *iaidō seitei* della Federazione Giapponese *Zen Nihon Kendō Renmei*, il 4° *kata* "*Tsuka ate*" in *seiza* e l'8° "*Ganmen ate*" in *tachiai*, sintesi dell'uso storico e tradizionale dell'arma nelle diverse scuole antiche *koryū*.

Nell'*atemi*, nel colpo, in sintesi, le due mani devono essere mosse insieme e saldamente coordinate per avere una azione efficace dell'intera arma che va così a costituire un unico valido mezzo di percussione.

Nel caso del *Nukigake***,** alla luce di quanto sopra, ci sembra evidente che Uke abbia l'intenzione di estrarre per tagliare Tori, il quale lo blocca immediatamente.

Allora, se accettiamo la predetta condizione, anche la distanza di Uke deve essere adeguata alla sua reale intenzione **-** e, quindi, leggermente più ampia di quella comunemente adottata **-** nel rispetto del principio tradizionale di "*issoku ittō no maai***"**, letteralmente "la distanza di un passo per un colpo", ovvero la distanza specifica necessaria per colpire il bersaglio, a mani nude o con armi varie, eseguendo un solo passo. *(A)*

(A) Tale distanza è da rapportare anche alle dimensioni antropometriche dell'individuo che esegue. Vedi tabella "Japan height"

Per supportare la nostra tesi prendiamo anche in considerazione l'ideogramma usato nel testo **"**Jūdō Kōza" di Mifune, Kudō e Matsumoto, che nel vol. 4 ha un intero capitolo sul **Kime no Kata** scritto da Kikuchi Yōji nel 1956.

Nel descrivere la prima azione di Uke viene utilizzato il *kanji* 斬, letto *kiru*, che significa "decapitare, uccidere"; il *kanji* compare anche nella parola composta 斬り付ける, *kiritsukeru*, "tagliare a".

Appare pertanto plausibile**,** fatte salve argomentazioni differenti sostenute da documentazione o motivazioni razionali e condivisibili, che l'azione di Uke debba tendere ad estrarre la spada per effettuare un taglio alto ed orizzontale.

Ciò comporta una serie di conseguenze che interessano la giusta attenzione, la reale intenzione, il timing, il gesto tecnico.

Tuttavia di primaria importanza è proprio la giusta distanza, che dovrebbe avere la sua rilevante valutazione nelle competizioni di *Kata*.

Il significato del contrattacco di Tori verso il fianco destro di Uke:

Perché Tori attacca da quel lato e perché velocemente si sposta dietro Uke?

In un contesto come quello descritto, la decisione di Tori di contrattaccare verso il lato destro di Uke appare la più sensata in quanto cerca di eludere la direzione del taglio di Uke che effettivamente procederebbe da sinistra verso destra e per questo Tori nella direzione di contrattacco opposta o diretta andrebbe letteralmente incontro - e per di più disarmato - all'arma sguainata.

Crediamo interessante far notare che il controllo di Tori – il quale con la propria mano destra va a controllare la destra di Uke - dovrà essere realmente potente ed in pressione verso il basso.

Con la stessa enfasi ricordiamo che il tempo di permanenza di Tori davanti a Uke dovrà risultare il più breve possibile in quanto Uke potrebbe reagire in diversi modi altrettanto efficaci e fatali per Tori.

Descrizione dell'intera azione

Tori ed Uke si fronteggiano da una distanza ampia "*toma*".

Uke, mentre avanza con il piede destro, appoggia la mano destra sulla *tsuka* (impugnatura) della spada con l'intenzione di estrarla.

Tori, nel momento in cui Uke tocca la *tsuka* e avanza, fa un passo in avanti con il suo piede destro che posiziona vicino ed avanti al piede destro di Uke; con la mano destra blocca dall'alto il polso destro di Uke ed arresta l'estrazione.

Tori avanza velocemente il piede destro all'esterno e dietro il piede destro di Uke; poi avanza il piede sinistro che porta con un ampio movimento dietro Uke; con la mano sinistra passa sopra alla spalla sinistra di Uke e va prontamente ad afferrare il suo bavero laterale destro, sbilanciando Uke all'indietro.

Lasciando la presa del polso destro di Uke, Tori passa il suo braccio destro sotto l'ascella di Uke e lo va a posizionare sopra il suo avambraccio sinistro sollevando verso l'alto il braccio destro di Uke e continuandolo a sbilanciare indietro alla sua sinistra (direzione posteriore sinistra); Tori arretra ancora il suo piede sinistro ed eseguendo un bloccaggio con "*kata ha jime*"

PUNTI CHIAVE

E' importante che Tori effettui l'azione di bloccaggio con la propria mano destra mentre Uke sta estraendo, con il giusto tempo.

Infatti, Uke fa un passo avanti ed estrae per tagliare, quindi Tori si inserisce nel movimento prima dell'estrazione mentre avanza.

Importante togliersi nel più breve tempo possibile dalla posizione avanti a destra di Uke altrimenti Uke potrebbe continuare l'azione ed estrarre e tagliare almeno in due modi diversi.

Molto importante sono il controllo da sopra del polso di Uke e lo squilibrio di Uke posteriormente, altrimenti ogni azione di Tori risulterebbe vana. Quando Tori passa dalla presa al polso destro di Uke all'interno del braccio di Uke per eseguire *kata ha jime* è importante che non vada a cercare di passare vicino l'ascella di Uke perché in questo caso sarebbe molto facile per Uke bloccarlo; passare piuttosto vicino al polso di Uke.

A beneficio di successivi approfondimenti riportiamo un estratto di testi sul **Jūdō**, relativo alla prima distanza (A) del *Nukigake* ed all'intenzione (B) di Uke:

(A) distanza ampia "toma"; (B) "…con l'intenzione di estrarre…"
Kime no Kata - Kōdōkan Jūdō Institute, 2007.

(A) distanza mt 1,5; (B) "…attempts to draw it…"
Kōdōkan Jūdō–J. Kano– Kodansha International Ltd/USA – Tokyo/New York 1986

(A) distanza 6 feet, circa cm. 183; (B) "…attempts to unsheathe it…"
Illustrated Kōdōkan Jūdō – Kodansha – Tokyo – 1962

(A) distanza 3 shaku, circa cm.91; (B) "   estrarre per decapitare   "
Jūdō Koza – T. Mifune, K. Kudo, Y. Matsumoto; Japan – Kōdōkan Zen Nihon Jūdō Remmei Division – Edit. Hakusuisha – Japan - 1956

(A) distanza 6 piedi, circa cm. 183; (B) "...attempts to draw the sword…"
Essential Jūdō Katas - Autori vari

(A) distanza circa 2 metri: (B) "…tentando di sguainare,,,)
Judo Kata – Vol. 2°- Silvano Addamiani – Copyright 1976 by Edizioni Mediterranee – Roma, V. Flaminia, 158

(A) distanza circa mt 2; (B) "… tentando di sguainare…"
Jūdō Kōdōkan – Oscar Mondatori – A. Mondatori Editore – trad. C. Barioli – Copyright 1955 by Kōdōkan – Tokyo, Japan. Titolo originale dell'opera: Illustrated Kōdōkan Jūdō – 1977 A. Mondadori Edit. S.p.A. Milano 1° Edizione maggio 1977 - 2 Edizione Febbraio 1993

(A) distanza "toma"
Regolamento Internazionale IJF Kata Rules 2010

Sequenza del kata

Diversità nella distanza: giusta a sinistra, corta a destra

Errore di Tori nel primo bloccaggio

Possibile reazione di Uke ad un bloccaggio errato di Tori

Kiri Oroshi

Uke affronta Tori ponendosi ad una distanza ampia di circa mt 2,7 (9 *shaku*, piedi giapponesi) ed indossando il *bokutō* infilato nella cinta sul fianco sinistro, quasi orizzontalmente, con il filo verso l'alto, nel tipico atteggiamento denominato *kannuki zashi* 閂差し, cioè "inserito come la sbarra traversa dei cancelli", tipico del *bushi* con il *katana*.

Da questa posizione, Uke afferra con la mano sinistra il *bokutō* e con le dita indice-pollice (oppure con il solo pollice) blocca la *tsuba* (guardia dell'impugnatura), indirizzando lo *tsuka-gashira* (l'estremità dell'impugnatura) verso Tori, cioè verso l'obiettivo della sua attenzione, *zanshin*.

Con calma Uke afferra la *tsuka* con la mano destra, curando di flettere il meno possibile il polso; poi avanza con il piede destro mentre estrae la lama mantenendola su un piano ideale di taglio che, partendo dal fodero si conclude con la punta indirizzata verso Tori, o meglio verso la gola di Tori, nella guardia media chiamata "*seigan no kamae*", con entrambe le mani in presa sulla *tsuka* (la destra proprio sotto la *tsuba*).

Al riguardo di "*seigan no kamae*" è possibile affermare che in diversi ambienti del *kendō* ed in alcune scuole tradizionali la punta della spada (il *kissaki*) viene diretto verso gli occhi dell'avversario, prendendo alla lettera il significato di *sei* (giusto) e *gan* (occhio).

Per evitare eccessive e non funzionali flessioni del polso destro, che nella esecuzione dell'estrazione veloce (*battō, iaidō*) ridurrebbero la capacità offensiva della lama, può essere utile ruotare il "tagliente" del *bokutō* verso il lato sinistro, fino al massimo dell'orizzontale, come viene comunemente eseguito in molte scuole tradizionali di i*aidō*.

Uke, in guardia destra, scivola un poco in avanti con *tsugi-ashi* continuando a minacciare ed a controllare Tori.

In seguito, avanzando con il piede sinistro Uke alza il *bokutō* sopra la testa assumendo la guardia "*jōdan no kamae*", mantenendo un atteggiamento di vigilanza.

La posizione "*jōdan no kamae*", tradizionalmente ha due forme: con la lama inclinata di 45° verso l'alto/indietro, oppure con la lama orizz ontale.

E' ormai prassi consolidata, anche nel *kendō* e nello *iaidō* assumere la posizione inclinata.

Dopo una breve sosta, durante la quale Uke non riduce l'attenzione ma cerca di cogliere il momento opportuno, avanza con il piede destro e taglia (切 *kiri*) verso il basso (下 *oroshi*), raggiungendo la parte superiore della testa (*makkō*) di Tori non con la punta, ma con la parte terminale della lama, chiamata *monouchi* (15 – 20 cm)

Terminata l'azione complessiva di Tori, Uke riprende l'impugnatura con le due mani, assume la guardia bassa denominata "*gedan no kamae*" e ritorna in posizione, mantenendosi sempre frontalmente a Tori.

NB - nella guardia "*gedan no kamae*" le mani possono essere tenute in atteggiamento piuttosto naturale, tanto che la lama può essere rivolta leggermente verso il lato sinistro di Uke.

Uke riprende la guardia "*seigan no kamae*" con il piede destro avanti

La mano sinistra viene portata al fianco sinistro mimando di afferrare il fodero, *saya*, mentre la mano destra rimane in presa senza modificare la guardia.

Dopo una breve pausa in cui la lama viene portata in avanti quasi orizzontalmente con la punta che minaccia Tori, Uke rinfodera il *bokutō* infilandone la punta nel fodero simulato dalla mano sinistra - dopo aver fatto scivolare il dorso sulle dita indice/pollice ad anello - e riprende l'atteggiamento iniziale di ***"****kannuki-zashi****".***

Descrizione dell'intera azione

Tori ed Uke in piedi sono nella posizione di *"shizen hontai",* Uke prende la distanza di circa 2,7 mt (circa 9 shaku, unità di misura) si pone di fronte Tori con il *katana* infilato nel fianco sinistro (lama verso l'alto)

Uke mentre avanza il piede destro estrae con tranquillità il *katana* assume la guardia "*seigan*" in seguito avanzando un poco con *"tsugiashi"* minaccia e pressa Tori

Tori reagisce arretrando e recupera la distanza

Uke, avanzando il piede sinistro, assume la guardia *"jōdan";* cogliendo l'occasione, mentre avanza il piede destro emette il kiai e taglia dall'alto la parte alta della fronte (*makkō)* con *kiri oroshi*.

Tori avanza il piede sinistro in avanti diagonalmente a sinistra e richiama il piede destro mentre apre il corpo verso destra, con la mano destra afferra dall'alto il polso destro di Uke e lo tira verso l'anca destra sbilanciando Uke in avanti verso l'angolo anteriore destro, con la mano sinistra passando sopra la spalla sinistra di Uke afferra e tira bloccando il suo bavero laterale destro, avanza il piede destro poi sinistro, poi destro verso la diagonale destra di Uke e controlla, bloccando, con *"ude hishigi hara gatame"* l'articolazione del gomito destro di Uke. Quando Uke lascia la *tsuka* con la mano sinistra, va a battere due volte con la medesima sul corpo di Tori (coscia sinistra) in segno di resa.

PUNTI CHIAVE

Importante per Tori portare immediatamente il polso destro di Uke che attacca verso la sua anca destra, altrimenti, non esistendo né sbilanciamento nè controllo di Uke, lo stesso potrebbe facilmente continuare l'azione con attacchi successivi

Uke quando finisce "*kiri oroshi*" assume la guardia "*gedan*" con il *katana*; ritorna alla posizione di partenza; dopo che ha assunto per un istante la guardia "*seigan*" ripone nella *saya* il *katana,* arretrando il piede destro assume la posizione *"shizen hontai"*

Sequenza del kata

Autori

Giuseppe de Berardinis,	Maestro 5° dan J ūdō, Docente Federale, Azzurro di Jūdō, FIJLKAM/CONI
Costantino Brandozzi,	Maestro 5° dan Karate, FIJLK AM/CONI 5° dan iaid ō Hōki Ryū, (Dai Nippon Butokukai)

- Tabella allegata

"Japan height"

da: http://www.sumitomo.gr.jp/english/discoveries/special/84_01.html

- L'altezza media della popolazione nel Periodo Edo (1603–1867) era 156 centimetri per gli uomini e 145 centimetri per le donne
- Nel 1900 le misure erano rispettivamente 157.9 e 147 centimetri

This graph shows historical changes in the average height of Japanese males. While the figures are not to scale, they accurately illustrate the interesting pattern seen in Japan—the increase, decrease, and then increase in average height.
(Photo courtesy of The National Science Museum, Gunma Prefectural Museum of History, Tokyo National Museum and Edo-Tokyo Museum)